

**PRIMA PROVA CAMPIONATO REGIONALE GAF DALLA MINI3 ALLA 1^ CATEGORIA**

Luogo: asd Solaris, via delle Olimpiadi 4 – Formigine

Sabato 26 febbraio 2022 -pomeriggio-
**1° turno: categoria specialità mini3B junior (7), specialità mini3B senior (13), specialità mini3A junior (8)**

Ore 14.00: triage d'ingresso

Ore 14.15: inizio riscaldamento generale nella zona predisposta

Ore 14.30: inizio gara (28 ginnaste in gara)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO	TRAMPOLINO
Sport Center (2+2)	Saturno (2+1)	S. Arcangelo (8)	Trottola (6)	Calderara (3+1)
	Equipe (3)			

Termine gara prevista alle ore 15.40 e a seguire premiazioni (3)

Ore 16.00: uscita

**2° turno: categoria mini3B allieve (10), mini3B junior (8), mini3B senior (3)**

Ore 16.00: triage d'ingresso

Ore 16.15: inizio riscaldamento generale nella zona predisposta

Ore 16.30: inizio gara (21 ginnaste in gara)

TRAMPOLINO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
Castelnovese (3+1)	Pianoro (2)	Saturno (3+1+3)	Equipe (5+1)
	Rimini (1)		
	Calderara (1)		

Termine gara prevista alle ore 17.20 e a seguire premiazioni (3)

Ore 17.40: uscita

**3° turno: categoria mini3A allieve (7), mini3A junior (14), mini3A senior (8)**

Ore 17.40: triage d'ingresso

Ore 17.55: inizio riscaldamento generale nella zona predisposta

Ore 18.10: inizio gara (29 ginnaste in gara)

TRAMPOLINO	VOLTEGGIO	TRAVE	CORPO LIBERO
Animo (2)	Castelnovese (2+1)	Danzarte (8)	Solaris (6)
Solaris (4)	Danzarte (4+1)		Rimini (1)

Termine gara prevista alle ore 19.20 e a seguire premiazioni (3)

Ore 19.40: uscita

**PRIMA PROVA CAMPIONATO REGIONALE GAF DALLA MINI3 ALLA 1^ CATEGORIA**

Luogo: asd Solaris, via delle Olimpiadi 4 – Formigine

Domenica 27 febbraio 2022 -mattina-
**1° turno: categoria mini4 allieve (9), specialità mini4 allieve (1), mini4 junior 2009+2010 (14)**

Ore 8.30: triage d'ingresso

Ore 8.45: inizio riscaldamento generale nella zona predisposta

Ore 9.00: inizio gara (24 ginnaste in gara)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
S. Faustino (2)	Masi (2+3)	Animo (4)	S. Arcangelo (1)
Lame (3+1)	Palagym (1)	Rimini (3)	Coop (3)
			Saturno (1)

Termine gara prevista alle ore 10.00 e a seguire premiazioni (3)

Ore 10.20: uscita

**2° turno: categoria mini4 junior 2011 (12), specialità mini4 junior (12)**

Ore 10.20: triage d'ingresso

Ore 10.35: inizio riscaldamento generale nella zona predisposta

Ore 10.50: inizio gara (24 ginnaste in gara)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
Masi (1+5)	Coop (6)	Castelnovese (2)	S. Arcangelo (2+4)
		Animo (1)	
		Lame (3)	

Termine gara prevista alle ore 11.50 e a seguire premiazioni (2)

Ore 12.10: uscita

-Pomeriggio-

**3° turno: categoria mini4 senior 2006 e prec. (5), mini4 senior 2007+2008 (12), squadra mini4 senior (1), specialità mini4 senior (7)**

Ore 12.30: triage d'ingresso

Ore 12.45: inizio riscaldamento generale nella zona predisposta

Ore 13.00: inizio gara (26 ginnaste in gara)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
Equipe (5)	Coop (5)	Animo (4)	Rimini (3+1sq)
	Palagym (3)	Calderara (4)	

Termine gara prevista alle ore 14.05 e a seguire premiazioni (4)

Ore 14.30: uscita

**4° turno: categoria prima allieve (3), prima junior 2010 (15), specialità prima junior (4)**

Ore 14.30: triage d'ingresso

Ore 14.45: inizio riscaldamento generale nella zona predisposta

Ore 15.00: inizio gara (22 ginnaste in gara)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
Saturno (1)	Animo (1)	Rimini (1)	Equipe (1)
Coop (2)	S. Faustino (5)	Solaris (4)	S. Arcangelo (1+4)
Castelnovese (2)			

Termine gara prevista alle ore 15.55 e a seguire premiazioni (3)

Ore 16.15: uscita

**5° turno: categoria prima junior 2011 (7), prima senior 2008 (11), élite prima junior e senior (7+1)**

Ore 15.15: triage d'ingresso

Ore 16.30: inizio riscaldamento generale nella zona predisposta

Ore 16.45: inizio gara (26 ginnaste in gara)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
S. Faustino (4)	Biancoverde (7+1)	S. Arcangelo (1)	Castelnovese (1)
Solaris (1+1)		Palagym (1)	Equipe (6)
		Saturno (2)	
		Coop (1)	

Termine gara prevista alle ore 17.50 e a seguire premiazioni ( )

Ore 18.10: uscita

**6° turno: categoria prima junior 2009 (12), prima senior 2007 e prec. (8), specialità prima senior (1), squadra prima mista (1)**

Ore 18.10: triage d'ingresso

Ore 18.25: inizio riscaldamento generale nella zona predisposta

Ore 18.40: inizio gara (23 ginnaste in gara)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
Equipe (2+3)	Palagym (1+2)	Saturno (1)	Animo (2)
	Coop (3)	S. Faustino (2)	Calderara (1+1)
		Solaris (3)	Onda Blu (1sq)

Termine gara prevista alle ore 19.40 e a seguire premiazioni (4)

Ore 20.00: uscita

## INFORMAZIONI PER TUTTI I TURNI

Chiediamo a tutti di trovarsi all'esterno della palestra 20 minuti prima del proprio orario di triage, in modo da poter utilizzare l'eventuale anticipo.

Nel triage iniziale viene fatta la sanificazione delle mani, il rilevamento della temperatura e il controllo di tutti i documenti richiesti (autocertificazioni/green pass, scheda n.1, copia bonifico).

Gli spogliatoi non sono utilizzabili, se non per i servizi igienici; pertanto chiediamo di fare arrivare le atlete già pronte.

Il riscaldamento generale previsto è di 15 minuti che si terrà nel luogo indicato seguito dalla sistemazione di ogni società nel luogo dedicato.

Seguirà poi il riscaldamento ad attrezzo prima della gara e si svolgerà nel seguente modo:

VOLTEGGIO 2 salti di prova facendo prima tutte prova poi gara

PARALLELE provano le prime 2, gara la prima, prova la terza durante il giudizio della prima, gara la seconda e così via..  
con massimo 2 prove

TRAVE provano le prime 2, gara la prima, prova la terza durante il giudizio della prima, gara la seconda e così via..  
avendo 20 secondi a ginnasta

CORPO LIBERO provano le prime 2, gara la prima, prova la terza durante il giudizio della prima, gara la seconda e così via..  
avendo 30 secondi a ginnasta

Consegnare n. 4 foglietti dei punteggi ai giudici, in ordine di società e di ginnasta. Al corpo libero va consegnato il modulo delle musiche.

Al termine dell'attrezzo di ogni società, viene chiesto di sanificare (responsabile societario Covid) e di portarsi nella zona di attesa, con la mascherina addosso.

Qualsiasi chiarimento va effettuato durante il tempo di gara e non mentre ci sono le premiazioni per fare in modo di evitare il più possibile ritardi. Tenere controllati i punteggi di volta in volta e valutare singolarmente l'esecuzione degli esercizi delle proprie ginnaste prima di chiedere chiarimenti.

Per riuscire a mantenere i tempi di gara descritti, chiediamo a tutte le società di presentarsi con la giusta puntualità, con le giuste cose necessarie allo svolgimento e seguire il proprio turno senza prolungare i tempi in modo ingiustificato, rispettando le misure anti-contagio.

Ricordiamo di affrontare le gare con il giusto spirito sportivo in modo da passare la sana competitività alle vostre atlete, tenendo a mente che tutti cerchiamo di fare del nostro meglio per la migliore riuscita possibile di queste giornate.

Anche tutto ciò aiuta la crescita delle ginnaste in campo gara!

Ricordiamo di inviare le musiche dei corpi liberi all'indirizzo mail [musichegafer@gmail.com](mailto:musichegafer@gmail.com) nominandole con nome e cognome dell'atleta e la sua categoria e società di appartenenza. Es.: ROSA BIANCA CATEGORIA MINI PRIMA 4 JUNIOR 2008 SOCIETA' INVENTATA, in modo che sia più semplice per noi dividerle nel modo giusto.

Per poter poi avere l'ordine delle ginnaste in gara alla postazione computer, dovrà essere consegnato un foglio per ogni società, in ordine di salita per atleta e per società di turno, come quello sottostante

NOME SOCIETA'
TURNO SOCIETA'
CATEGORIA
ATLETA 1
ATLETA 2
ATLETA 3
ATLETA 4
ATLETA 5
ATLETA 6
ATLETA 7
ATLETA 8
ATLETA 9
ATLETA 10

Rimaniamo sempre a disposizione per qualsiasi cosa e auguriamo buon lavoro!